



Jurnal MUI : Muhammadiyah Untuk Indonesia

E-ISSN 2776-0324

<https://jurnalmuri@upmk.ac.id>



Permainan Simulus gerak motorik pada anak kelas 6 SD Muhammadiyah Bligo 01, Buaran Pekalongan

Motor movement simulation game for 6th grade children at SD Muhammadiyah Bligo 01, Buaran Pekalongan.

Nurul Aqil Nahari Fasy¹, Rohma Howo Nurbuwono², Fikki Arifani Saputra³, Mega Widya Putri⁴,¹⁻⁶ Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan, Indonesia

email: naharifasy@gmail.com¹, rohma.howonb@gmail.com², fikkiasaputra@gmail.com³, megawidyaputri@umpp.ac.id⁴

Info Artikel

Sejarah Artikel:

Diterima (November) (2023)

Disetujui (Juni) (2024)

Dipublikasikan (Juli) (2024)

Keywords:

Penelitian, motorik, Siswi Kelas 6

Abstrak

kegiatan ini bertujuan untuk melatih ketepatan dan konsentrasi siswa kelas 6 SD Muhammadiyah bligo 01 buaran Pekalongan. Olahraga sangat penting untuk kesehatan dan perkembangan fisik anak, dan pengujian yang efektif dapat membantu mengidentifikasi area yang memerlukan perbaikan.

kegiatan ini mengambil siswa kelas 6 sebagai subjek tes. Tes motorik yang digunakan berfokus pada berbagai aspek, seperti gerak lokomotor, non lokomotor, dan gerak manipulative.

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa tes motorik yang digunakan di SD Muhammadiyah bligo 01 Buaran, Pekalongan mempunyai beberapa kelebihan namun juga terdapat kekurangan. Kelebihannya antara lain kemudahan penerapannya, sedangkan kelemahannya antara lain kurangnya faktor yang mempertimbangkan aspek kesehatan siswa secara keseluruhan. Berdasarkan hasil kegiatan, diusulkan rekomendasi perbaikan untuk meningkatkan akurasi dan kesesuaian uji.

Kegiatan ini memberikan informasi berharga mengenai tes motorik yang digunakan di SD Muhammadiyah Bligo 01 Buaran, Pekalongan

Kata kunci: Penelitian, Motorik, Siswa kelas 6

Abstract

This activity aims to train the accuracy and concentration of grade 6 students at SD Muhammadiyah Bligo 01 Buaran Wiradesa. Exercise is vital to a child's health and physical development, and effective testing can help identify areas that need improvement.

This activity takes 6th grade students as test subjects. The motor tests used focus on various aspects, such as locomotor, non-locomotor and manipulative movements.

The results of the activity show that the motor test used at SD Muhammadiyah Bligo 01 Buaran, Pekalongan has several advantages but also has disadvantages. The advantages include ease of implementation, while the weaknesses include the lack of factors that consider aspects of student health as a whole. Based on the results of the activity, recommendations for improvements are proposed to increase the accuracy and suitability of the test.

This activity provides valuable information regarding the motor tests used at SD Muhammadiyah Bligo 01 Buaran, Pekalongan.

Keywords: study, Motoric, Grade 6 Students

PENDAHULUAN

Olahraga merupakan bagian penting dalam perkembangan fisik dan kesehatan anak. Apalagi pada usia sekolah dasar yang merupakan masa kritis perkembangan, pemahaman dan pemantauan kebugaran jasmani siswa menjadi sangat penting. Pendidikan jasmani tidak hanya mencakup keterampilan jasmani tetapi juga mencerminkan kesehatan siswa secara keseluruhan. Tes kebugaran jasmani di sekolah dasar merupakan alat yang efektif untuk mengukur kemampuan fisik siswa, mengidentifikasi area yang perlu ditingkatkan, dan memberikan dasar untuk mengembangkan program kebugaran yang efektif. Salah satu kebugaran jasmani adalah tentang penguasaan gerak dasar yang meliputi gerak lokomotor, non lokomotor, dan gerak manipulative (Setiawan & Muhammad, 2017).

Bremer & Cairney, (2018) menyimpulkan bahwa keterampilan gerak memberikan dampak positif pada perkembangan sosial dan emosional siswa. Keterampilan gerak yang baik juga dapat berdampak positif pada pencapaian akademik siswa di sekolah. Penguasaan keterampilan gerak dasar merupakan salah satu elemen penting untuk mencapai kompetensi jasmani yang akan menuntun seseorang memiliki *physical literacy* yang baik.

Gerak manipulatif adalah aktivitas yang dilakukan tubuh dengan bantuan alat yang mempunyai peran yang penting serta sangat diperlukan pada masa perkembangan pada masa anak-anak (Hendra & Putra, 2019). Gerak dasar manipulatif merupakan gerak dasar yang kompleks karena seseorang melibatkan seluruh bagian tubuhnya untuk memanipulasi benda. Gerakan manipulatif ini dibedakan menjadi 2 jenis: yaitu gerakan prehension: kombinasi dari beberapa refleksi dan koordinasi dengan kemampuan pengamatan dengan kegiatan pengertian.

SD Muhammadiyah bligo 01 buaran Pekalongan sebagai lembaga pendidikan dasar mempunyai tanggung jawab untuk memastikan siswanya dalam kondisi sehat jasmani. Untuk memenuhi tanggung jawab tersebut, sekolah ini perlu meningkatkan kualitas gerak manipulatif motorik pada siswa dan siswinya. Namun, penting untuk menentukan sejauh mana kualitas gerak motorik pada siswa *SD Muhammadiyah bligo 01 buaran Pekalongan*, mencerminkan bagaimana sejak usia dini memiliki gerak motorik yang baik dan juga bugar dalam melaksanakan kegiatan sehari-hari, dan tidak memiliki gangguan dalam gerak manipulatif.

Dari persoalan tersebut, maka observasi ini dilakukan untuk memberikan edukasi kepada siswa *SD Muhammadiyah bligo 01* mengenai gerak motorik yang baik. Selain itu peneliti juga mengevaluasi dan memberikan contoh praktek gerak motorik yang baik agar dapat menunjang aktivitas sehari-hari dengan baik dan sehat.

Pengamatan ini akan memberikan informasi berharga bagi sekolah, guru dan peneliti pendidikan yang tertarik untuk memahami dan meningkatkan kualitas gerak motorik siswa sekolah dasar. Dengan lebih memahami kebutuhan kebugaran siswa, kami berharap dapat memberikan kontribusi positif bagi perkembangan jasmani dan kesehatan generasi muda di *SD Muhammadiyah bligo 01 buaran Pekalongan*

METODE

Jenis penelitian yang digunakan oleh peneliti adalah penelitian eksperimen dengan pendekatan kuantitatif. Peneliti mengamati dan mencermati suatu obyek, dalam hal ini siswa menggunakan beberapa alat dan perlengkapan antara lain marker, cone yang bertujuan untuk membuat jenis permainan melatih gerak motorik. Penelitian ini dilakukan di *SD Muhammadiyah bligo 01 buaran Pekalongan*. Sampel yang digunakan adalah siswa kelas 6 .

Proses penelitian ini menggunakan beberapa langkah, yaitu yang pertama menentukan populasi dengan mengidentifikasi seluruh siswa kelas 6 yang akan mengikuti latihan tes gerak ini. Kedua, menyiapkan peralatan yang sudah disediakan untuk membuat suatu permainan penunjang gerak motorik siswa. Yang ketiga adalah pengolahan data, yaitu data hasil tes akan dicatat dan diolah untuk dianalisis lebih lanjut

HASIL

Observasi ini bertujuan untuk meneliti bagaimana siswa dan siswi *SD Muhammadiyah bligo 01 buaran Pekalongan* ini baik dalam melakukan gerak yang sangat penting bagi masa depan kualitas hidupnya. Dalam melakukan gerak motorik ini bisa diaplikasikan untuk siswa SD kelas berapapun agar menunjang dan meningkatkan gerak motoriknya supaya sehat dan bugar dalam beraktivitas.

Di dalam *SD Muhammadiyah bligo 01 buaran Pekalongan* ini sangat baik dalam melakukan gerak motorik yang tertuju pada gerak manipulatif. Siswa dan siswinya juga berantusias untuk bisa melakukan gerak manipulatif ini dengan baik agar mendapatkan hasil yang maksimal dan tidak terganggu dengan motoriknya.

Meningkatkan gerak motorik adalah salah satu metode yang perlu dilakukan untuk peserta didik usia dini agar memiliki kualitas motorik yang baik dan bisa menunjang gerak manipulatif agar lebih baik di *SD Muhammadiyah bligo 01 buaran Pekalongan*

Manfaat hasil meningkatkan kualitas gerak motorik yang baik adalah pertama dalam melakukan gerak sehari-hari agar tidak kaku dan terbiasa dengan gerak yang stabil.

Kedua yaitu peningkatan konsentrasi yang mana artinya kesehatan fisik yang baik berkontribusi pada peningkatan konsentrasi dan

kemampuan gerak siswa pada saat berolahraga..

Ketiga peneliti memiliki 3 jenis permainan manipulatif yang bertujuan menunjang siswa agar lebih lincah dan fokus. Permainan ini ditujukan kepada siswa *SD Muhammadiyah bligo 01 buaran Pekalongan* tepatnya kelas 6.

KESIMPULAN

Meningkatkan gerak motorik yang baik di *SD Muhammadiyah bligo 01 buaran Pekalongan*, adalah hasil dari kerja sama antara siswa, guru, sekolah, dan mahasiswa. Ini adalah bukti komitmen mereka terhadap kesehatan dan kebugaran fisik siswa.

Hasil ini akan membantu siswa untuk memahami pentingnya belajar gerak yang baik dan menjadi contoh bagi generasi mendatang. Semoga upaya ini terus berlanjut dan menjadi bagian integral dari pendidikan di sekolah ini

UCAPAN TERIMA KASIH

Hormat kami kepada seluruh siswa yang telah berpartisipasi dalam penelitian ini di *SD Muhammadiyah bligo 01 buaran Pekalongan*. Saat ini, kami ingin mengucapkan terima kasih yang tulus kepada semua peserta dan pihak-pihak yang telah mendukung pelaksanaan penelitian ini.

Kami berharap hasil penelitian ini akan memberikan wawasan yang berharga tentang bagaimana perlunya belajar gerak motorik ini agar siswa bisa memiliki kualitas gerak tubuh yang baik. Ingatlah bahwa bergerak yang baik bisa menjadikan hidup lebih baik dan sehat.

Terima kasih sekali lagi kepada semua yang terlibat dalam pelaksanaan penelitian ini. Semoga kita semua terus bersemangat dan menerapkan gaya hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari kita.

DAFTAR PUSTAKA

Achmad Febri Widyanto (2020) Pengaruh Gerak Manipulatif Dengan Media Bola Terhadap Peningkatan Gerak Dasar, 1 (1). pp. 89. ISSN 2338 – 79RX.

Betrisya Irwandi, Nuryadi, Agus Gumilar. (2023). Keterampilan Gerak Manipulatif Siswa Sekolah Dasar Berdasarkan Gender Pasca Pandemi Covid-19, 146. ISSN 2614-607X.

Arif Hidayat (2017). Peningkatan Aktivitas Gerak Lokomotor, Nonlokomotor Dan Manipulatif Menggunakan Model Permainan Pada Siswa Sekolah Dasar. 23, ISSN 2580-071X.



DOKUMENTASI KEGIATAN

